



**MAŁGORZATA
KACZAREWSKA**

PSYCHOTERAPIA
GESTALT

————— GESTALT DIALOG —————

Zasady współpracy *i kontrakt terapeutyczny*

Self wyłania się w dialogu

GABINET PSYCHOTERAPII GESTALT MAŁGORZATA KACZAREWSKA
UL. KRÓLOWEJ KORONY POLSKIEJ 25, SZCZECIN · II PIĘTRO, GABINET 223
WWW.GESTALT-DIALOG.PL



CZĘŚĆ I

Rozpoczęcie współpracy

01 Cel naszych ustaleń

Psychoterapia opiera się na relacji oraz jasnych zasadach. Ten dokument opisuje warunki, w których będziemy się spotykać. Omawiamy je przed rozpoczęciem regularnej pracy. Możesz pytać, zgłaszać wątpliwości i wracać do naszych ustaleń w trakcie terapii.

Jestem psychoterapeutką Gestalt w szkoleniu. Pracuję z osobami dorosłymi, młodzieżą od 16. roku życia oraz parami. Regularnie korzystam z superwizji.

02 Konsultacje i rozpoczęcie terapii

Pierwsze konsultacje służą poznaniu Twojej sytuacji, potrzeb i oczekiwań. Rozmawiamy o możliwych celach pracy i sprawdzamy, czy proponowana przeze mnie forma pomocy jest odpowiednia. Konsultacja nie zobowiązuje do rozpoczęcia terapii.

Decyzję o regularnych spotkaniach podejmujemy wspólnie. Ustalamy formę pracy, dzień i godzinę sesji oraz warunki płatności i nieobecności. Do celów terapii wracamy w trakcie procesu.

W DOKUMENCIE

- | | | | |
|----|-----------------------------------|----|-----------------------------------|
| 01 | Cel naszych ustaleń | 07 | Twoja autonomia i granice relacji |
| 02 | Konsultacje i rozpoczęcie terapii | 08 | Dodatkowe zasady terapii par |
| 03 | Czas spotkań i opłaty | 09 | Psychoterapia online |
| 04 | Punktualność | 10 | Osoby w wieku od 16 do 17 lat |
| 05 | Odwoływanie sesji i przerwy | 11 | Kontakt pomiędzy spotkaniami |
| 06 | Poufność i superwizja | 12 | Zakończenie współpracy |



03 Czas spotkań i opłaty

Psychoterapia indywidualna zazwyczaj raz w tygodniu, w stałym terminie	50 min	200 zł
Konsultacja indywidualna	50 min	180 zł
Konsultacja pary w soboty	90 min	300 zł
Psychoterapia pary co dwa tygodnie, w stałym dniu i o stałej godzinie, chyba że wspólnie ustalimy inaczej	75 min	280 zł

Podane ceny są ważne na dzień 20.10.2026.

Płatność odbywa się BLIK-iem lub gotówką po zakończeniu sesji. Za spotkanie online płatność odbywa się BLIK-iem po jego zakończeniu.

O ewentualnej zmianie ceny informuję przed jej zastosowaniem. Nowe warunki omawiamy z wyprzedzeniem.

04 Punktualność

Sesja rozpoczyna się i kończy o ustalonej godzinie. Spóźnienie osoby uczestniczącej nie wydłuża zarezerwowanego czasu. Jeśli opóźnienie wystąpi po mojej stronie, zapewniam pełny czas spotkania lub uzgadniamy odpowiednie rozliczenie.

Możesz pytać, zgłaszać wątpliwości i wracać do naszych ustaleń w trakcie terapii.



CZĘŚĆ II

Regularność i bezpieczeństwo spotkań

05 Odwoływanie sesji i przerwy

Regularność pomaga zachować ciągłość pracy. Spotkanie można odwołać bez opłaty najpóźniej **24 godziny** przed jego rozpoczęciem, poprzez uzgodniony kanał kontaktu. Odwołanie z krótszym wyprzedzeniem lub nieobecność bez odwołania wiążą się z opłatą w pełnej wysokości ceny umówionego spotkania. Zasada dotyczy konsultacji oraz sesji indywidualnych i par.

Urlopy i inne planowane przerwy ustalamy z wyprzedzeniem.

Jeśli odwołuję spotkanie, nie pobieram za nie opłaty. W miarę możliwości proponuję inny termin.

06 Poufność i superwizja

Dbam o poufność treści spotkań i informacji o korzystaniu z terapii. Nie omawiam Twojej sytuacji z bliskimi ani innymi osobami bez odpowiedniej podstawy i uzgodnienia z Tobą.

Poufność ma granice. Mogą one dotyczyć sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia oraz obowiązków wynikających z prawa. Jeżeli konieczne będzie podjęcie działań ochronnych, ograniczam przekazywane informacje do niezbędnego zakresu i, o ile jest to możliwe i bezpieczne, omawiam je z Tobą.

W ramach superwizji przyglądam się swojej pracy z innym specjalistą, aby dbać o jakość terapii i rozpoznawać granice własnych kompetencji. Chronię tożsamość osób uczestniczących w terapii i ograniczam przedstawiane informacje do potrzebnych w superwizji.

Spotkania nie są nagrywane bez uprzedniego, wyraźnego uzgodnienia wszystkich uczestniczących osób. Informacje o przetwarzaniu danych osobowych przekazuję osobno; kontrakt nie zastępuje informacji o prywatności.



07 Twoja autonomia i granice relacji

Masz prawo pytać, wyrażać niezgodę i odmówić proponowanego eksperymentu lub sposobu pracy. Możesz powiedzieć o dyskomforcie, trudnościach w naszym kontakcie albo potrzebie zmiany tempa. Nie musisz opowiadać wszystkiego od razu.

Relacja terapeutyczna ma charakter zawodowy. Dbam o jej granice i o niewykorzystywanie zależności wynikającej z terapii. Pracuję w granicach swoich kompetencji. Jeśli potrzebna jest inna forma pomocy, omawiam to z Tobą.

Ewentualny kontakt z psychiatrą lub innym specjalistą uzgadniamy z uwzględnieniem poufności i Twojej zgody, poza sytuacjami wymagającymi działania na innej podstawie prawnej.

CZĘŚĆ III

Formy pracy i kontakt



08 Dodatkowe zasady terapii par

Podczas konsultacji poznaję perspektywę każdej osoby. Wspólnie ustalamy cele i sprawdzamy, czy terapia par jest odpowiednią formą pomocy. Dbam o przestrzeń dla obu osób oraz o ich granice i bezpieczeństwo.

Sposób kontaktowania się pomiędzy spotkaniami ustalamy wspólnie z obojgiem uczestników terapii. Jeśli przekazuję wiadomość dotyczącą naszej współpracy, kieruję ją do obu osób.

Podczas konsultacji uzgadniamy również sposób postępowania z informacjami przekazanymi mi indywidualnie oraz zasady postępowania w razie nieobecności jednej osoby.

Jeżeli pojawiają się przemoc, przymus lub obawa przed konsekwencjami szczerej wypowiedzi, oceniam możliwość bezpiecznej wspólnej pracy. Może to oznaczać potrzebę innej formy wsparcia. Nie traktuję naruszania granic jako wspólnej winy pary.



09 Psychoterapia online

Przed spotkaniem ustalamy sposób połączenia. Proszę o prywatne, spokojne miejsce, w którym możesz swobodnie rozmawiać, oraz sprawne połączenie internetowe. Nie prowadzimy sesji podczas prowadzenia pojazdu ani w obecności osób nieuczestniczących w terapii.

Uzgadniamy numer telefonu do kontaktu w razie zerwania połączenia. W razie awarii kontaktujemy się i ustalamy dalszy przebieg oraz rozliczenie niewykorzystanego czasu. Przy pracy online ustalamy także miejsce Twojego pobytu na czas sesji i sposób postępowania w sytuacji zagrożenia.

10 Osoby w wieku od 16 do 17 lat

Przed rozpoczęciem terapii omawiam z młodą osobą i jej przedstawicielem ustawowym wymagane zgody, zasady płatności oraz zakres kontaktu z opiekunami. Jasno określamy, co pozostaje poufne i w jakich sytuacjach bezpieczeństwo wymaga przekazania informacji.

Dodatkowe ustalenia dotyczące pracy z osobą niepełnoletnią dokumentujemy osobno, z uwzględnieniem jej sytuacji rodzinnej i obowiązujących wymagań.

11 Kontakt pomiędzy spotkaniami

Kontakt pomiędzy sesjami służy przede wszystkim sprawom organizacyjnym. Do doświadczeń i trudności związanych z terapią wracamy podczas spotkań. W czasie sesji nie odbieram telefonu; na wiadomości odpowiadam, gdy mogę poświęcić im uwagę.

TELEFON

793 867 374

E-MAIL

mk@gestalt-dialog.pl

Gabinet nie zapewnia całodobowej pomocy kryzysowej. W sytuacji bezpośredniego zagrożenia życia lub zdrowia zadzwoń pod numer **112**. Nie czekaj wtedy na moją odpowiedź.



12 Zakończenie współpracy

Możesz zakończyć terapię. Zachęcam do rozmowy o tej decyzji i spotkania podsumowującego, lecz nie uzależniam od niego możliwości zakończenia współpracy. Rozliczenie wcześniej zarezerwowanych terminów odbywa się zgodnie z uzgodnionymi zasadami odwoływania.

Jeśli z mojej strony pojawi się konieczność zakończenia pracy, omawiam powody i, w miarę możliwości, dalsze formy wsparcia. Zmiany naszych ustaleń omawiamy przed ich zastosowaniem.



Self wyłania się w dialogu

MAŁGORZATA KACZAREWSKA

Psychoterapeutka Gestalt w szkoleniu

Gabinet Psychoterapii Gestalt Małgorzata Kaczarewska
ul. Królowej Korony Polskiej 25, Szczecin · II piętro, gabinet 223